

活動レポート

第32回健康ウォーク ～高森町清栄山とパワースポット巡りウォーキング～

気持ち良く晴れ絶好のウォーキング日和となった5月12日、まず最初に向かったのが「高森殿の杉」。テレビでも報じられ立ち寄る人も多くなったようですが、近くから大杉を見上げると、毘沙門天の背中の炎のような樹形をしていて、誰もが「すごい！」と圧巻、何とも言えない不思議な世界観、凄いパワーを感じます。また近くの牧野の中には、たくさんの「ウマノアシガタ」「サワオグルマ」の花畑が広がり、阿蘇では見慣れた風景でしょうが黄色いジュウタンは見事です。次に黒岩峠から無理をしないようにゆっくり登り清栄山へと向かいます。30分程度で高度差は150m程度ですが、一気に高く登ったと実感できます。一本道で視野が良好のため誰でも登れるルートで人数が多くても大丈夫です。頂上は、九重・根子岳・高岳・祖母山と展望は抜群です。宮地岳にも登りました。ここも素晴らしい景色が広がります。登りと同じルートで下山。休暇村で昼食をとった後、熊野座神社へ向いました。ここも近年、パワースポットとして名所になり多くの方が訪れます。石段と石灯籠が長く続く参道を登



りつめると拝殿、その上に本殿があり、さらに登っていくとパワースポットと言われている「穿戸岩(ほげといわ)」が見え、大きな風穴に圧倒されます。穴から見える向こう側の山の景色が素晴らしく、涼しい風がとても気持ち良かったです。たくさんのパワーをいただいたことでしょう。



活動レポート

～雨の中、「泥りんピック」に参加しました！～

5月19日、高森町の高森湧水トンネル公園近くの水田で、同町の総合型地域スポーツクラブ「高SPO」がはじめて開催した「泥りんピック」が行われ、町内外の約100人、16チームがミニバレーボールなどに参加しました。あいにくの天候で雨が降る中、寒くて気が向きませんでした。1試合目からの出番だったので覚悟を決めていざ田んぼへ。風は吹くわ、水は冷たいわでブルブル震えていましたが、試合が始まってしまえば夢中になり、泥んこになりながらボールを追いかけてました。気が付けば、なんと予選リーグを見事全勝し決勝進出！準決勝では惜しくもあと一歩というところで負けてしまいましたが、3位と大健闘！やっと出番も終わり、ようやく仮設の温泉プールで体を温めることができ、ホッと一息。「終わってみれば楽しかったね！」と笑顔も。また温かい豚汁とおにぎりがとても美味しく疲れた体に沁みわたりました。



その他の主な参加行事

- 5月19日、太極拳メンバー 15人が、日本太極拳法「一楽庵」九州総支部創立35周年記念大会に参加してきました。(長崎県立総合体育館)
- 5月30日、茶道教室研修旅行(第2弾)「春の天草窯元巡り」に茶道部メンバーを含む24人の会員が参加してきました。【丸尾焼窯元(天草市北原町)・水の平焼窯元(天草市本渡町)の2カ所】

お知らせ

【キックボクササイズ】 6月から週2回(月・金)になりました。

時間：午後7時～ 場所：長陽中央公民館

【野外活動】 6月から平日の健康ウォークも始めました。月曜または木曜の月2回、基本昼までの予定。天候により、中止・延期する場合があります。

参加したい方は、クラブ南阿蘇会員に入会が必要。詳しいお問い合わせは左記クラブ事務局までお願いします。(また、恒例の「健康ウォーク」は毎月1回程度、日曜日に行っていく予定です。)